



L'onagre bisannuel

Herbe de beauté ou jambon du jardinier

Avec ses belles et grandes fleurs jaunes, l'onagre bisannuel est une grande plante plutôt élégante, qui affectionne particulièrement les sites sablonneux bien drainés, qu'ils se situent plein soleil ou à la mi-ombre. Originaire d'Amérique du Nord, il a été introduit chez nous au début de 17^e siècle, tant pour ses qualités nutritives que pour son caractère ornemental. Il se serait alors rapidement échappé des lieux de culture pour poursuivre son évolution propre dans nos régions et constituer aujourd'hui, selon les botanistes, une espèce à part entière. Vous le trouverez en bordure de routes, dans les terrains vagues, ou le long des talus de chemin de fer.

Bisannuel, son cycle de vie se déroule sur deux ans. Les petites graines brunes, dispersées par la plante au bout de sa deuxième année d'existence, donnent naissance, au printemps, à une rosette de feuilles ovales-allongées et pointues étalées à la surface du sol qui peut facilement atteindre 50 cm de diamètre, en même temps que se développe, sous terre, une profonde et robuste racine pivotante, de type carotte. A ce stade, seule la rosette de feuilles vert-grisâtre, légèrement poilues et munies de nervures rougeâtres, permet d'identifier la plante. Mais après l'hiver, dès le printemps de la deuxième année, une tige robuste s'élève au centre de la rosette avant de se ramifier quelque peu, la plante pouvant alors mesurer de 50 cm à 1 m50 de haut. Sur les tiges, les feuilles sont alternes, longuement pétiolées dans le bas mais directement accolées à la tige dans le haut. Les fleurs qui apparaissent vers le sommet s'épanouissent de juin à septembre. La floraison est spectaculaire : les fleurs, formées de quatre pétales échancrés, d'un beau jaune-citron, atteignent 4 à 6 cm de diamètre. Au centre de celles-ci, on distingue facilement le stigmate en croix, partie supérieure de l'organe femelle, ainsi que 8 étamines chargées de pollen. L'ovaire, partie inférieure de l'organe femelle qui deviendra le futur fruit, se cache sous les pétales de même que quatre petites

vertes repliées contre la tige, les sépales, qui protégeaient la fleur lorsqu'elle était encore en bouton. Les fleurs, s'épanouissent en début de soirée, exhalant alors une agréable odeur qui attire différents papillons de nuits comme les sphinx, mais aussi les abeilles et autres insectes. Ceux-ci assurent, par leur passage, le transport du pollen de fleurs en fleurs, garantissant ainsi une bonne reproduction. Le fruit peut alors se





former, une capsule qui s'ouvre par quatre valves et libère les multiples graines qu'elle contient.

Comestible, l'onagre a été tantôt apprécié, tantôt délaissé, mais les possibilités d'utilisations sont nombreuses : à l'état cru, les fleurs et les jeunes feuilles sont consommées dans les salades et les fleurs peuvent être cristallisées dans le sucre. Les racines se consomment, elles, crues ou cuites, à la fin de la première année, soit d'octobre à février, lorsqu'elles sont gonflées de réserves nutritives, mais avant que la tige centrale n'apparaisse, car elles deviennent alors trop filandreuses. Leur saveur sucrée rappelle un peu celle du panais. De couleur blanchâtre à l'état cru, elles peuvent être simplement râpées. Cuites, elles deviennent roses, d'où le nom de "jambon du jardinier", et sont servies avec une sauce blanche, de la crème... à la façon des salsifis. La racine contient notamment du mucilage, des tanins et des sucres. Attention cependant, les racines, comme toutes les parties de la plante, peuvent s'avérer un peu irritantes pour la gorge et il vaut mieux les servir en mélange avec d'autres plantes ou cuites dans deux eaux. Sur le plan médicinal, c'est également une plante intéressante qui gagnera certainement encore à être étudiée dans le futur. Le nom scientifique, *Oenothera biennis* L., de oinos, vin, et thêra, chasse aux bêtes sauvages, en dit

long déjà sur ses pouvoirs, puisqu'on raconte que la racine, infusée dans le vin permettait d'appivoiser les bêtes sauvages. Les anglais la nomment par ailleurs « King's cure-all » ou panacée royale en raison de son efficacité contre les rhumes (en infusion de feuilles et tiges séchées finement hachées). L'onagre serait également recommandé pour soigner les maux d'estomac, décongestionner le foie et stopper les infections urinaires et autres. L'huile extraite des graines présente elle aussi de multiples propriétés intéressantes que les femmes indiennes n'ignoraient pas, elles qui pillaient les graines pour en extraire l'huile qu'elles s'appliquaient alors sur le visage pour garder jeunesse et beauté. Réputée pour ses vertus régénératrices et antirides sur la peau du cou et du visage, elle serait également recommandée pour guérir l'eczéma et soigner les ongles ainsi que pour son action favorable sur le cycle menstruel. L'industrie cosmétique l'utilise d'ailleurs dans la fabrication de shampoings et de crèmes. Riche en acide gamma-linoléique, en minéraux (surtout calcium, phosphore et fer), en vitamine B1, B2, PP, en protides et glucides, elle est également commercialisée comme complément alimentaire. Et même, les petits passereaux, comme les mésanges et les accenteurs mouchets, l'ont compris et quelques pieds laissés en place au jardin après la floraison feront leur bonheur.



Cultiver l'onagre dans son jardin

À l'automne :

- Semer les petites graines dans un sol plutôt sablonneux
- Recouvrir d'1/2 cm de terre environ
- Tasser avec le dos du râteau
- Les graines germent au printemps
- Lorsque les plants ont quelques feuilles, éclaircir à 25 cm au moins
- Arroser s'il fait trop sec

Dès la deuxième année, si l'endroit lui convient, l'onagre se resème toute seule. Vous n'aurez plus qu'à la laisser faire ou à récupérer les jeunes plants que vous installerez où bon vous semble !

SOURCES

- Les fleurs du bien, Plantes et fleurs comestibles – Bachir Henni – Ed. Savoirs de Terroirs
- Le régal Végétal, Plantes sauvages comestibles – François Couplan – Ed. Sang de la Terre
- La cuisine sauvage, Comment accommoder mille plantes oubliées – François Couplan – Ed. Sang de la Terre
- Guide nutritionnel des plantes sauvages et cultivées – François Couplan – Ed. delachaux et Niestlé
- Le grand livre des légumes oubliés – Jean-Baptiste et Nicole Prades – Ed. Rustica